**«Рекомендации и мастер – класс по выполнению артикуляционной гимнастики дома»**

**Цель:**

Просвещение родителей по проблеме речевого развития детей дошкольного возраста, оказание помощи в овладении приемами развития артикуляционной моторики детей в домашних условиях.

**Задачи:**

• дать элементарные представления о причинах нарушения речи;

• показать пути развития речи детей в домашних условиях;

• обучить игровым приемам развития подвижности и координации органов артикуляции при помощи нетрадиционных приемов;

• обучить некоторым приемам развития речевого дыхания;

• обучить некоторым приемам развития мелкой моторики.

Вступительное слово:

- Здравствуйте, уважаемые родители!

- Как известно, главной задачей логопеда является коррекция речевых нарушений у детей дошкольного возраста.

Практическиу всех деток нашей группы диагноз СТЕРТЯ ДИЗАРТРИЯ. Что же это такое?

**Дизартрия** – нарушение произносительной стороны речи, обусловленное недостаточностью иннервации речевого аппарата. Ведущим при дизартрии является нарушение звукопроизносительной и просодической сторон речи, связанное с органическим поражением центральной и периферической нервной систем.

У детей с дизартрией этап формирования артикуляционной моторики проходит наиболее длительный и трудный путь. Крайне важно разнообразить этот процесс, вызвать и сохранить мотивацию, поддержать интерес детей на протяжении всего периода коррекционно-логопедического воздействия.

Процесс формирования и развития артикуляционной моторики базируется на

разнообразных игровых приёмах. Игры и задания подбираются в зависимости от характера и степени поражения артикуляционной моторики, с учётом возраста ребёнка.

*АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА – ЗАЧЕМ ОНА НУЖНА?*

***Артикуляционная гимнастика*** *– первый и очень важный этап в постановке звука.*

Артикуляционная гимнастика имеет огромное значение для формирования правильного

произношения, но только в том случае, если выполняется правильно и систематически.

Гимнастика включает в себя упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки всевозможных положений губ, языка, мягкого нёба, так необходимых для правильного произнесения той или иной фонемы.

Упражнения должны быть целенаправленными: неважно их количество, важны правильный подбор и качество их выполнения.

Необходимо научить ребёнка отработать чистоту, чёткость движений, их плавность, силу, темп, точность движений при смене одного другим, что особенно важно при произношении слогов, слов в спонтанной речи.

Устойчивость конечного результата означает, что полученное положение органа удерживается без изменений произвольно долго. Переключение к другому движению и положению должно совершаться плавно и быстро. Таким  образом, требуется выработать умение точно принимать требуемую позу, удерживать её, плавно переключаться с одной артикуляционной позы на другую, выполнять движение в нужном темпе.

Проводить артикуляционную гимнастику надо ежедневно, желательно 2-3 раза в день, чтобы вырабатываемые двигательные навыки становились более прочными. Дозировка количества повторений одного и того же упражнения должна быть индивидуальной для каждого ребёнка. Если  какое-то упражнение выполняется недостаточно качественно, новое упражнение не вводится.

Сначала при выполнении детьми упражнений наблюдается напряжённость движений органов артикуляционного аппарата, постепенно оно исчезает, движения становятся непринуждёнными и вместе с тем координированными. Нельзя говорить ребёнку, что он делает упражнение неверно - это может привести к отказу выполнения упражнения. Длительность проведения артикуляционных упражнений и их дозировка зависят от компенсаторных возможностей самого ребёнка, характера и тяжести речевого нарушения. Выполнение  упражнений требуют больших энергетических затрат, усилий, времени  и терпения. Эффективность работы по совершенствованию артикуляционной моторики определяется активностью самого ребёнка, его инициативой, выносливостью, сосредоточенностью, работоспособностью.

**Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет:**

-  улучшить кровоснабжение артикуляционных органов;

-  улучшить подвижность артикуляционных органов;

- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;

- научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;

- увеличить амплитуду движений;

- уменьшить напряжённость артикуляционных органов;

-подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произношению звуков;

Важно

Ежедневно в рацион ребёнка необходимо включать сырые овощи, фрукты и варёное мясо. Это очень полезно для здоровья и тренировки органов артикуляции!

**РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОВЕДЕНИЮ:**  
  
• Комплекс артикуляционных упражнений выполняется не реже 1 раза в день, а в дни, когда ребёнок не посещает занятия не реже 2 раз в день.  
• На начальном этапе все упражнения выполняются перед зеркалом, чтобы ребёнок мог контролировать движения органов артикуляции (языка, губ и т.д.).  
• Необходимо следить, чтобы во время выполнения упражнений ребёнок не напрягал шею, плечи, что бывает довольно часто.  
• Перед выполнением упражнения взрослому рекомендуется внимательно прочитать методические указания к нему. Неправильно выполняемые упражнения не повысят эффективность логопедической работы, а в некоторых случаях могут даже снизить её.

• Выполняя упражнения для языка, используйте ладонь своей руки и руку ребенка, имитируя движения языка.

• Занимаясь с ребенком, поддерживайте хорошее, доброе настроение, наберитесь терпения и не раздражайтесь, далеко не все будет получаться с первого раза. Почаще хвалите ребенка и радуйтесь вместе с ним каждой удаче.

***Успеха и терпения Вам!***

МАСТЕР-КЛАСС ПО ПРОВЕДЕНИЮ АРТИКУЛЯЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ:

*1. ОКОШКО*  
*Выполнение.*Широко открыть рот («птенчик просит есть»), язык спокойно лежит в ротовой полости. Удерживать заданное положение под счёт до 5. Выполнять 6 – 8 раз.  
*Методические указания.* 1. Следить, чтобы во время выполнения упражнения рот был широко открыт, не закрывался. 2. Язык не должен втягиваться вглубь ротовой полости, он должен быть расслаблен, лежать спокойно, не двигаться.

*2. УЛЫБКА*   
*Выполнение.* Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать данное положение под счёт до 5. Выполнять 6 – 8 раз.  
*Методические указания.*1. Прикус должен быть естественным. 2. Нижняя челюсть не должна выдвигаться вперёд.

*3. ТРУБОЧКА (хоботок)*  
*Выполнение.* Губы и зубы сомкнуты. Губы с напряжением вытянуть вперёд трубочкой. Удерживать данное положение под счёт до 5. Выполнять 6 – 8 раз.  
*Методические указания.* 1. Следить, чтобы ребёнок удерживал губы в заданном положении, не расслабляя их раньше времени.

*4. УЛЫБОЧКА – ТРУБОЧКА (хоботок)*  
*Выполнение.* Поочерёдное выполнение упражнений «Улыбочка» и «Трубочка (Хоботок)»   
(8 - 10 раз). По указанию взрослого («Улыбочка» - «Хоботок» - «Улыбочка» -   
«Хоботок» - ... и т.д.) ребёнок выполняет соответствующее упражнение.  
*Методические указания.* См. выше.

*5. БЛИНЧИК (ЛОПАТОЧКА)*  
*Выполнение.* Слегка улыбнуться, приоткрыть рот. Широкий спокойный язык положить на нижнюю губу. Удерживать в таком положении под счёт до 5-10. Выполнять 6 – 8 раз.  
*Методические указания.* 1. Язык должен быть расслабленным, широким, его края должны касаться углов рта. 2. Нижняя губа не должна подворачиваться или натягиваться на нижние зубы. 3. Не высовывать язык далеко, он должен только прикрывать нижнюю губу.

*6.ИГОЛОЧКА*  
*Выполнение.* Приоткрыть рот, слегка высунуть язык изо рта. Сделать его узким («как иголочка»), удерживать в таком положении под счёт до 5-10.  
*Методические указания*. 1. Следить, чтобы язык был узким; его края не должны касаться углов рта. 2. Стараться удерживать язык в спокойном состоянии.

*7. ЛОПАТОЧКА - ИГОЛОЧКА*  
*Выполнение.* Поочерёдное выполнение упражнений «Лопаточка» и «Иголочка» (8 – 10 раз). По указанию взрослого («Лопаточка» - «Иголочка» - «Лопаточка» - «Иголочка» - ... и т.д.) ребёнок выполняет соответствующее упражнение.  
*Методические указания.* См. выше.

*8. ШАРИК (ТОЛСТЯЧОК)*   
*Выполнение.* Надувать одновременно обе щеки и удерживать под счёт до 5. Выполнять 6 – 8 раз  
*Методические указания.*1. Вдох делать через нос. 2. Следить, чтобы при надутых щеках изо рта не выходил воздух.

*7. ХУДЫШКА*  
*Выполнение.* При сомкнутых губах и опущенной нижней челюсти втягивать щёки в ротовую полость. Удерживать под счёт до 5. Выполнять 6 – 8 раз.  
*Методические указания.*1. Вдох делать через нос. 2.Следить за удержанием заданного положения, чтобы ребёнок не расслаблял щёки раньше времени.  
*8. ЗАБОРЧИК*

*Выполнение:*  улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы. Удерживать губы в таком положении под счёт до 5. Выполнять 6 – 8 раз  
*9. НАКАЖЕМ НЕПОСЛУШНЫЙ ЯЗЫЧОК*  
*Выполнение.* Приоткрыть рот, широкий язык спокойно положить на нижнюю губу и, пошлёпывая его губами, произносить звуки «пя-пя-пя». Затем остановиться и, не убирая язык в ротовую полость, удерживать его широким в спокойном состоянии при открытом рте под счёт до 5-10. Выполнять 4-5 раз.  
*Методические указания.* 1. Язык должен быть расслабленным, широким, его края должны касаться углов рта. 2. Нижняя губа не должна подворачиваться или натягиваться на нижние зубы. 3. Похлопывать язык губами надо несколько раз на одном выдохе, при этом важно следить, чтобы ребёнок не задерживал выдыхаемый воздух (чтобы это проверить, надо поднести ватку ко рту; при правильном выполнении она будет отклоняться).  
*10. ПОЙМАЕМ МЫШКУ*

*Выполнение:* губы в улыбке

приоткрыть рот

произнести "а-а" и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)

*Методические указания.* Выполнять 5 – 6 раз.

*11. ЧАСИКИ*  
*Выполнение.* Улыбнуться, приоткрыть рот, высунуть язык. На счёт «раз – два» переводить язык из одного угла рта в другой, тянуть его то к правому, то к левому уху.   
*Методические указания.*1. Нижняя челюсть должна оставаться неподвижной. 2. Темп выполнения не должен быть быстрым.*12. ПОЧИСТИ ЗУБКИ  
Выполнение.* Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» сначала нижние, затем верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо – влево. Выполнять 5 – 6 раз.  
*Методические указания.* 1. Язык находится с внутренней стороны зубов, не высовывается из ротовой полости. 2. Нижняя челюсть неподвижна. 3. Темп выполнения не должен быть быстрым.  
*13. ПОСЧИТАЙ ЗУБКИ*  
*Выполнение.*Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка упираться в каждый зуб с внутренней стороны сначала нижней челюсти, затем верхней. Выполнять 2 раза  
*Методические указания.* 1. Язык находится с внутренней стороны зубов, не высовывается из ротовой полости. 2. Нижняя челюсть неподвижна. 3. Следить, чтобы рот был приоткрыт, не закрывался во время выполнения упражнения.  
*14. КАЧЕЛИ*  
*Выполнение.* Приоткрыть рот, высунуть язык. По указанию взрослого («вверх» - «вниз» - «вверх» - «вниз» - ... и т.д.) ребёнок должен поочерёдно поднимать язык вверх и опускать вниз, тянуться то к носу, то к подбородку.  
*Методические указания.* 1. Нижняя челюсть должна оставаться неподвижной. 2. Следить, чтобы при подъёме языка рот был приоткрыт, нижняя губа не подталкивала язык вверх.  
*15. КИСКА, КИСКА СЕРДИТСЯ*  
*Выполнение.*Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка упереться в нижние зубы (с внутренней стороны). На счёт «раз» - выгнуть язык горкой («как киска выгибает спинку, когда сердится»), упираясь в нижние зубы. На счёт «два» - вернуться в исходное положение. Выполнять 6 – 8 раз.  
*Методические указания.* 1. Кончик языка не отрывается от нижних зубов. 2. Рот не должен закрываться.  
*16. ВКУСНОЕ ВАРЕНЬЕ*  
*Выполнение.* Улыбнуться, приоткрыть рот. Языком в форме чашечки облизывать верхнюю губу сверху вниз (можно помазать её вареньем). Выполнять 8 – 10 раз.  
*Методические указания.* 1. Язык должен двигаться сверху вниз (а не влево - вправо). 2. Рот открыт; нижняя челюсть неподвижна, не подталкивает язык вверх. 3. Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.  
*17. МАЛЯР*  
*Выполнение.*Улыбнуться, открыть рот. Широким кончиком языка погладить нёбо от зубов к горлу. Выполнять 8 – 10 раз.  
*Методические указания.* 1. Следить. Чтобы язык был широким. 2. Нижняя челюсть неподвижна. 3. Нижняя губа не должна натягиваться на нижнюю челюсть.  
*18. ЧАШЕЧКА*  
*Выполнение.* Улыбнуться, открыть рот. Широкий язык положить на нижнюю губу, края языка поднять вверх в форме чашечки. Удерживать в данном положении под счёт до 5. выполнять 5 – 6 раз.  
*Методические указания.*1. Рот открыт; нижняя челюсть не должна подталкивать язык вверх. 2. Следить, чтобы нижняя губа не натягивалась на нижние зубы (на начальных этапах можно придерживать её пальцем).  
*19.ФУТБОЛ (ФОКУС)*

*Выполнение.* На кончик носа положить ватку, широким языком в форме "чашечки", прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх.

*Методические указания.*Следить за нижней губой, чтобы она не натягивалась на язык. Выполнять 3 – 5 раз, следить за тем, что бы ребенок не перенапрягался (может кружиться голова).

*20. ЛОШАДКА*  
*Выполнение.* Приоткрыть рот и пощёлкать кончиком языка («как лошадка цокает копытами»). Упражнение выполняется сначала медленно, затем темп выполнения постепенно увеличивается. Выполнять 10 – 20 раз.  
*Методические указания.*1. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык. 2. Кончик языка не должен быть вытянут и заострён. 3. Следить, чтобы кончик языка не подворачивался внутрь, т.е. чтобы ребёнок щёлкал языком, а не чмокал.

*21. ГРИБОК*  
*Выполнение.* Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язык к нёбу (это шляпка грибка, а подъязычная уздечка – ножка). Держать под счёт до 3-10 (время выполнения увеличивать постепенно), выполнять 3 – 4 раза.  
*Методические указания.* 1. Губы должны быть в улыбке. 2. Кончик языка не должен подворачиваться. 3. Если ребёнку не удаётся присосать язык, то можно пощёлкать языком, как в упражнении «Лошадка».  
*22. ГАРМОШКА*  
*Выполнение.* Улыбнуться, открыть рот, присосать язык к нёбу (как в упражнении «Грибок»). Не отрывая языка, закрывать и открывать рот. Выполнять под счёт до 3 – 10 (время выполнения увеличивать постепенно). Со временем стараться открывать рот всё шире и всё дольше удерживать язык вверху.  
*Методические указания.* 1. Губы должны быть в положении улыбки. 2. Когда открывается рот, следить, чтобы губы были неподвижны.  
*25. БАРАБАНЩИК*  
*Выполнение.* Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка поставить на бугорки за верхними зубами. Ударять кончиком языка по бугоркам («как дятел стучит по дереву»), при этом будет слышатся звук, близкий к звуку «д». Сначала упражнение выполнять медленно, постепенно убыстряя темп.  
*Методические указания.*1. Рот должен быть всё время приоткрыт, губы в улыбке, нижняя челюсть неподвижна; работает только язык. 2. Ударять языком надо именно по бугоркам, а не по верхним зубам. 3. Следить, чтобы звук «д» носил характер чёткого удара, а не хлюпал. 4. Кончик языка не должен подворачиваться.

*25. ПИРОЖОК*   
*Выполнение.*Открыть рот. Поднять боковые края языка вверх, свернув язык трубочкой, как пирожок. Длительно подуть в эту трубочку.  
*Методические указания.*1. Выдох должен быть плавным, длительным, непрерывным. Можно положить на стол ватку и дуть на неё. 2. Щёки не должны надуваться. 3. Следить, чтобы ребёнок не делал слишком глубокий вдох и резкий выдох. 

*26. ИНДЮКИ*  
*Выполнение.* Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперёд – назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая её. Темп выполнения постепенно убыстрять, затем добавить голос, чтобы слышалось «бл-бл-бл» («как индюки болбочут»). Выполнять 6 – 8 раз.  
*Методические указания.*1. Следить, чтобы язык был широким и не сужался. 2. Движения языка должны быть вперёд – назад, а не из стороны в сторону. 3. Язык должен облизывать верхнюю губу, а не выдвигаться вперёд.

4. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

- во время дыхания плечи у ребенка должны быть неподвижны;

- грудь не должна сильно подниматься при вдохе и опускаться при выдохе;

- живот при вдохе должен подниматься, а при выдохе - опускаться;

- во время вдоха не втягивать воздух носом, а делать вдох через рот;

- вдох должен быть мягким и коротким, выдох - длительным, спокойным и плавным;

- сделав вдох, сразу же начинать говорить, не задерживая дыхание;

- говорить только на выдохе.

- не заниматься в пыльном, непроветренном, или сыром помещении;

- температура воздуха должна быть на уровне 18-20 С;

- одежда не должна стеснять движений;

- не заниматься сразу после приема пищи;

- не заниматься с ребенком, если у него заболевание органов дыхания в острой стадии.

**Упражнение «Подуем на пушинку»**

Положить в ладошку ребёнка пушинку. Предложить подуть на них, произнося: «Фу-у-у», — и посмотреть, как она летает. Упражнение повторяется 5—6 раз.

**Упражнение «Подуем на мячик»**

Ребёнок произносит звукосочетание: «Фу-у-у» — дует на мячик. Упражнение проводится 4 раза, затем, после короткого отдыха, повторяется.

**Упражнение «Прокати карандаш»**

Предложить ребёнку присесть на корточки около стола (рот на уровне стола), положить перед собой круглый карандаш и подуть

на него так, чтобы он покатился: «Фу-у-у».

Упражнение повторить 3—4 раза.

**Упражнение «Забей мяч в ворота»**

На стол ставится два кубика (ворота) Ребёнок дует на

ватный шарик-мяч так, чтобы попасть в ворота.